

AVALIAÇÃO DA COGNIÇÃO GLOBAL E SINTOMAS DE DEPRESSÃO EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: DADOS PRELIMINARES

Nome completo do (a) acadêmico (a): Osmano Tavares de Souza e Daniel de Moraes Pimentel

Período: 7º

Orientador (a): Luciana Mendes de oliveira

E-mail: osmanotavares28@gmail.com

Grupo de trabalho escolhido para apresentação: “Movimento Humano, Esporte e Saúde”.

RESUMO

Introdução: Com o envelhecimento da população, tem crescido doenças neurocognitivas como depressão o que pode levar ao declínio físico e cognitivo, diminuindo a autonomia desses indivíduos. O treinamento físico pode reduzir o avanço do declínio físico/cognitivo e amenizar os sintomas depressivos. Atualmente há poucos estudos com treinamento de realidade virtual (exergames) em relação a outros métodos de treinamento. Objetivo: Avaliar o efeito de diferentes programas de treinamento físico na cognição global de idosos institucionalizados. Método: Trata-se de um estudo controlado, randomizado e duplo-cego. A amostra foi composta por 16 idosos institucionalizados, alocados e randomizados em dois grupos: grupo Wii (exercício baseado em realidade virtual- ECW); e grupo controle (exercício sem uso realidade virtual - ESW), com intensidade moderada (5-6 pontos) duração de (30-45 minutos) 2 vezes por semana. Na escala do *American College of Sports Medicine* (ACSM). Para o treino com realidade virtual foram utilizados o controle e a plataforma *Wii Balance Board* do Nintendo Wii®. O grupo exergames utilizou-se 3 jogos do *EA Sports Active: Personal Trainer* e 3 jogos do *Wii Fit Plus*. O treinamento do grupo (ESW) foi composto de um programa de exercícios idênticos ao ECW, porém sem o *feedback* visual do *Nintendo Wii*. Ambos os grupos serão orientados pelos mesmos profissionais. Anteriormente foram utilizados os testes Mini Exame do Estado Mental (MMSE) e Escala Geriátrica de Depressão (GDS), *digitSpanForWord* e *digitSpanBackWord*. Foi realizada análise descritiva dos dados e utilizado o software

estatístico análise descritiva do pacote SPSS versão 21.0. Resultados: A média da cognição global foi de $(15,88 \pm 5,73)$ para o grupo exergame e $(13,28 \pm 5,21)$ para o grupo controle.

Tabela 1. Avaliação da cognição Global (Média e \pm desvios padrão) das variáveis

Testes	Grupo	N	Média	Desvio Padrão
MMSM	ECW	9	15,88	5,73
	ESW	7	13,28	5,21
GDS	ECW	9	9,66	5,07
	ESW	7	14,85	4,01
DSF	ECW	9	1,78	1,64
	ESW	7	1,14	1,46
DSB	ECW	9	1,78	1,64
	ESW	7	1,14	1,46
Idade		16	72,93	5,63

ECW: Exercício com Wii; ESW: Exercício sem Wii; MMSE: Teste Mini Exame de Estado Mental; GDS: Escala Geriátrica de Depressão; DSF: DigitSpanForWord (Memória verbal curto prazo) DSB: DigitSpanBackWord (Memória verbal longo prazo)

Conclusão: Espera-se uma melhora na cognição global e nos sintomas de depressão dos idosos institucionalizados que realizam exergames.